ISPILLA KIROLDEGIA
ZUMARRAGA

2026 / 2027

IGERIKETA ETA ARTE MARTZIALAK
NATACIÓN Y ARTES MARCIALES

IGERIKETA NATACIÓN		EGUNAK ETA ORDUTEGIA DÍAS Y HORARIOS			TOKIA LUGAR
	AQUAGYM	**AL-AZ** / L-X		19:30 - 20:30	**IGERILEKUA** Piscina
		AS-OG / M-J		15:00 - 16:00	**IGERILEKUA** Piscina
	3-4 URTEKOEN IGERIKETA NATACIÓN 3-4 AÑOS	**AL-AZ** / L-X		17:00 - 17:45	**IGERILEKUA** Piscina
	GAZTE IGERIKETA NATACIÓN JÓVENES	**AL-AZ** / L-X		18:00 - 19:00	**IGERILEKUA** Piscina
	IGERIKETA JARRAITUA NATACIÓN CONTINUA	**1. MAILA**	**AS-OG** / M-J	17:45 - 18:30	**IGERILEKUA** Piscina
		2. MAILA	**AL-AZ** / L-X	17:45 - 18:30	**IGERILEKUA** Piscina
		3. MAILA	**AS-OG** / M-J	18:30 - 19:15	**IGERILEKUA** Piscina
		4. MAILA	**AS-OG** / M-J	18:30 - 19:30	**IGERILEKUA** Piscina
		5-6 MAILA	**AL-AZ** / L-X	18:30 - 19:30	**IGERILEKUA** Piscina
	TEKNIFIKAZIOA TECNIFICACIÓN	**AS-OG** / M-J		19:30 - 20:30	**IGERILEKUA** Piscina

ARTE MARTZIALAK ARTES MARCIALES		EGUNAK ETA ORDUTEGIA DÍAS Y HORARIOS		TOKIA LUGAR	
	JIU-JITSU	**AL-OR** / L-V	17:30 - 18:30	**2. SOLAIRUA**	2. planta
		AL-OR / L-V	18:30 - 19:30	**2. SOLAIRUA**	2. planta
		AL-OR / L-V	19:30 - 21:00	**2. SOLAIRUA**	2. planta
	SHORINJI KEMPO	**AS-OG** / M-J	17:30 - 18:30	**2. SOLAIRUA**	2. planta
		AS-OG / M-J	18:30 - 19:30	**2. SOLAIRUA**	2. planta
		AS-AZ-OG / M-X-J	19:30 - 20:30	**2. SOLAIRUA**	2. planta
	BUDO NINJUTSU	**AS-OG** / M-J	18:30 - 20:00	**4. SOLAIRUA**	4. planta

IZENA EMAN / APÚNTATE

HARRERAN / EN RECEPCIÓN

943 72 49 61

ISPILLA KIROLDEGIA
ZUMARRAGA

2026 / 2027

KIROL ESKAINTZA
OFERTA DEPORTIVA

AKTIBITATEA ACTIVIDAD	EGUNAK ETA ORDUTEGIA DÍAS Y HORARIOS	TOKIA LUGAR
INDOOR TXIRRINDULARITZA CICLO INDOOR	**AL-AZ** / L-X 10:30 - 11:30 **AL-AZ** / L-X 19:00 - 20:00 **AS-OG** / M-J 19:00 - 20:00 **OR** / V 10:30 - 11:30	**1. SOLAIRUA** 1. planta
TOTALFIT	**AL-AZ-OR** / L-X-V 09:15 - 10:15 **4. SOLAIRUA** 4. planta **AL-AZ-OR** / L-X-V 10:15 - 11:15 **4. SOLAIRUA** 4. planta **AL-AZ-OR** / L-X-V 16:15 - 17:15 **4. SOLAIRUA** 4. planta **AL-AZ-OR** / L-X-V 18:00 - 19:00 **4. SOLAIRUA** 4. planta **AS-OG** / M-J 09:15 - 10:15 **4. SOLAIRUA** 4. planta **AS-OG** / M-J 11:15 - 12:15 **2. SOLAIRUA** 2. planta
PILATES	**AL-AZ** / L-X 08:30 - 09:30 **2. SOLAIRUA** 2. planta **AL-AZ-OR** / L-X-V 09:30 - 10:30 **2. SOLAIRUA** 2. planta **AL-AZ-OR** / L-X-V 18:00 - 19:00 **2. SOLAIRUA** 2. planta **AS-OG** / M-J 09:15 - 10:15 **4. SOLAIRUA** 2. planta **AS-OG** / M-J 10:15 - 11:15 **4. SOLAIRUA** 4. planta **AS-OG** / M-J **16:00 - 17:00** **4. SOLAIRUA** 4. planta **AS-OG** / M-J 17:00 - 18:00 **4. SOLAIRUA** 4. planta **AS-OG** / M-J 18:00 - 19:00 **4. SOLAIRUA** 4. planta **AS-OG** / M-J 19:00 - 20:00 **4. SOLAIRUA** 4. planta
ENTRENAMENDU FUNTZIONALA	**AL-AZ** / L-X 19:00 - 20:00 **4. SOLAIRUA** 4. planta **AL-AZ** / L-X 20:00 - 21:00 **1. SOLAIRUA** 1. planta
INDOOR TXIRRINDULARITZA + BODY TONO CICLO INDOOR + BODY TONO	**AS-OG** / M-J 17:45 - 19:00 **1. SOLAIRUA** 1. planta
GIMNASIA +65 URTE GIMNASIA +65 AÑOS	**AL-AZ-OR** / L-X-V 11:15 - 12:15 **4. SOLAIRUA** 4. planta
YOGA	**AS-OG** / M-J 10:45 - 12:15 **2. SOLAIRUA** 2. planta
ZUNBA	**AS-OG** / M-J 20:00 - 21:00 **4. SOLAIRUA** 4. planta
BODY BALANZE BODY BALANCE	**AL-AZ** / L-X 10:30 - 11:00 **2. SOLAIRUA** 2. planta
LUZAKETAK ESTIRAMIENTOS	**OR** / V 17:00 - 18:00 **1. SOLAIRUA** 1. planta
CORE STRETCH	**AL** / L 17:00 - 18:00 **1. SOLAIRUA** 1. planta
ZU MUGITUZ **(ORIENTAZIO ZERBITZUA)** SERVICIO DE ORIENTACIÓN	**AZ** / X 14:00 - 16:00 **GURE TXOKO GIZARTE ETXEA** Centro social Gure Txoko **AZ** / X 16:00 - 18:00 **1. SOLAIRUA** 1. planta **OR** / V 09:00 - 11:00 **OSUEN ETXEA** Centro de salud **OR** / V 11:00 - 13:00 **EL SALVADOR GIZARTE ETXEAN** Centro social El Salvador
TTIPI-ETAPA	**AZ** / X 11:00 - 12:00 **EUSKADI PLAZAN** Plaza Euskadi

IZENA EMAN / APÚNTATE

HARRERAN / EN RECEPCIÓN

943 72 49 61